

# Listerióza

## radý a doporučení

Listeriózu způsobuje malá grampozitivní bakterie *Listerie monocytogenes*, která se vyskytuje v několika sérotypech a je poměrně odolná vůči zevním vlivům. Zdrojem nákazy jsou různé druhy zvířat, např. různí savci, ptáci ale i korýši. Bakterie se vyskytuje v odpadních vodách, půdě ale i ve výkalech zvířat. Zdrojem může být také nemocný člověk, ale i zdravý bacilonosič. Vstupní branou infekce je trávicí ústrojí, ale také porušená kůže a dýchací cesty. K nákaze může dojít rovněž transplacentární cestou, z těhotné na plod. Inkubační doba u tohoto onemocnění kolísá od 3 do 70 dnů. Tato bakterie je typická tím, že se dobře množí i v chladném prostředí. Onemocnění je častější u osob s oslabenou imunitou a u gravidních žen.

Průběh onemocnění listeriózou kolísá od lehkých, někdy bezpříznakových nákaz až po smrtelná onemocnění. Diagnózu listeriózy ověříme kultivačním vyšetřením krve, mozkomíšního moku, sputa, výtěru z mandlí, pochvy nebo plodové vody. Je třeba vědět, že kultivační průkaz listerií vyžaduje delší čas. K terapii se používají antibiotika a jejich kombinace.

Listerióza, infekce která bývá často vyvolána požitím potravy kontaminované bakterií *Listeria monocytogenes*, se v současné době stává v ČR vážným zdravotnickým problémem. Nemoc ohrožuje primárně těhotné ženy a dospělé s oslabenou imunitou.

### 1. Kdo je nejvíce ohrožen?

- těhotné ženy. U nich je až dvacetkrát vyšší pravděpodobnost nákazy listeriózou než u běžné zdravé dospělé populace. Přibližně třetina všech listerióz se vyskytne u těhotných
- lidský plod / novorozenec. Při nákaze těhotné listerií hrozí novorozenci těžší poškození než samotné těhotné
- osoby s oslabenou imunitou
- osoby s onkologickým onemocněním, diabetem či onemocněním ledvin
- osoby s HIV/AIDS. U nich je riziko nákazy 300krát větší než u zdravé populace
- osoby podstupující dlouhodobě kortikoidní léčbu
- přestárlé osoby

### 2. Jak se *Listerie* dostávají do jídla?

- *Listerie monocytogenes* se vyskytuje v odpadních vodách, půdě a výkalech zvířat. Zelenina se může kontaminovat od půdy nebo v případě používání výkalů zvířat jako hnojiva. I zdravá zvířata mohou být bacilonosičem a v případě přípravy pokrmů bez dostatečného tepelného opracování může dojít k nákaze. Ke kontaminaci potravin může dojít i po jejich přípravě či v průběhu přípravy, například se může jednat o různé druhy sýrů, majonezových salátů, paštik atd.

### 3. Jak se můžu nakazit listeriózou?

- nakazit listeriózou se můžete požitím kontaminované potravy. Novorozenci se mohou nakazit již v průběhu těhotenství, jestliže v této době jejich maminka pojídá kontaminované potraviny. Ačkoliv většina zdravých dospělých může konzumovat kontaminované potraviny aniž by onemocněli, tak ti kteří jsou ve

zvýšeném riziku ( viz bod 1) mají při požívání takovýchto potravin velkou pravděpodobnost nákazy.

#### **4. Jak zjistím, že jsem onemocněl/a listeriózou?**

- osoba nemocná listeriózou bude mít většinou horečku, bolesti svalů a někdy i gastrointestinální problémy ( nechutenství a průjem). Pokud se infekce rozšíří do nervového systému, tak symptomy jako je bolest hlavy, zmatenost, křeče atd. se stanou silnějšími.
- těhotné ženy infikované v průběhu těhotenství budou mít většinou jenom mírné příznaky, avšak jejich plod (dítě) může v průběhu těhotenství odumřít, tj. těhotná může potratit či porodit mrtvé dítě, či nově narozené dítě bude trpět závažným postižením centrálního nervového systému.

V současné době se v žádném státě na světě těhotné ženy rutinně na listeriózu nevyšetřují. Avšak v případě, že má ošetřující lékař podezření na toto onemocnění, může odebrat krev nebo mozkomíšni mok a provést vyšetření na listeriózu.

#### **5. Existuje prevence proti listerióze?**

- žádná specifická prevence proti listerióze neexistuje. Lze pouze doporučit obdobná preventivní opatření jako proti salmonelóze.

#### **6. Jak minimalizovat riziko nákazy listeriózou?**

*Obecná doporučení:*

- důkladně tepelně opracovat syrové potraviny z hovězího, vepřového a drůbežího masa
- důkladně omýt syrovou zeleninu před konzumací
- skladovat syrové maso odděleně od již připravených uvařených potravin
- nekonzumovat nepasteurizované mléko a potraviny z něj připravené
- důkladně si mýt ruce, důkladně omývat nože a nástroje používané k úpravě (naporcování) syrových potravin ( maso, zelenina...)

*Doporučení pro osoby ve zvýšeném riziku:*

- vyvarujte se měkkých sýrů ( typy Niva, Camembert, atd...). Tvrdé sýry a sýry, které prošly tepelnou úpravou většinou nepředstavují riziko
- důkladně tepelně opracovat syrové potraviny z hovězího, vepřového a drůbežího masa
- ačkoliv je riziko nákazy z potravin prodávaných v lahůdkářství obecně nízké, lze doporučit těhotným ženám a osobám se sníženou imunitou vyhnout se těmto potravinám (různé saláty – hermelínový, pařížský, pochoutkový, atd...)

#### **7. Lze listeriózu léčit?**

- když se listerióza objeví u těhotné ženy, lze ihned podanými antibiotiky většinou zabránit nákaze plodu
- někdy i v případě okamžité léčby, nelze vyloučit úmrtí plodu či osob s oslabenou imunitou.